

Ходити до гінеколога - це моє право

Інформація та поради
для жінок і дівчат з інвалідністю
простою мовою



Цей простий текст є адаптованою версією більш складного тексту.

Ми написали цей текст для і за участі жінок і дівчат з інвалідністю в німецькій землі Північний Рейн-Вестфалія (NRW).

Текст більш складною мовою:

«Моє право на гінекологічну допомогу.

Інформація та поради для жінок та дівчат з інвалідністю.»

Завантажити німецькою мовою тут:



Підказки

У тексті ми використовуємо слова **жінки** і **гінеколог**.

Ці слова короткі.

Так читати легше.

У тексті є слово **жінки**.

Ми також маємо на увазі:

→ дівчата

→ чоловіки, які народилися жінками



У тексті є слово **гінеколог**.

Але ми також маємо на увазі гінеколога-жінку.

Ви можете вирішити для себе:

Я хочу піти до гінеколога-чоловіка

чи до гінеколога-жінки?



Що написано в цьому буклеті?

6 Це Ваше право

8 Відвідування гінеколога

10 Коли потрібно йти до гінеколога?

12 Перше відвідування гінеколога

13 Профілактичний огляд

14 Контрацепція: Як не завагітніти

16 Презервативи

17 Протизаплідні таблетки

18 3-місячна ін'єкція

19 Контрацептивний пластир

20 Контрацептивне кільце

21 Гормональний імплант

22 Спіраль

23 Стерилізація

25 Венеричні захворювання

27 Вагітність

29 Допомога у випадку сексуального насильства

34 Як знайти хорошого гінеколога
і хороший кабінет лікаря

44 Ми - мережа. Наші цілі:

47 Хто написав цей текст?

Це Ваше право

У всіх жінок іноді виникають питання щодо жіночого здоров'я:

- В молодих та старшого віку
- У жінок з інвалідністю та без

Неважливо, скільки Вам років.

Незалежно від того, яка у Вас інвалідність:

Ви завжди можете звернутися до гінеколога.

Піти до гінеколога - це Ваше право.



Жінкам з інвалідністю часто важко дістатися до лікаря.

Наприклад:

Місце **не** пристосоване для жінок на інвалідних візках.

Або у гінеколога **не** вистачає часу.

Або він **не може** відповісти на всі запитання.

Але жіночі питання дуже важливі!



Цей буклет містить багато порад простою мовою:

- Порад щодо відвідування гінеколога
- Порад, як знайти безбар'єрний медичний кабінет.

У всіх жінок іноді виникають питання про секс і їхнє тіло.

Деякі люди думають:

Жінки з інвалідністю не мають займатися сексом
Тому не пояснюють жінкам з інвалідністю,
як працює жіноче тіло.
Це неправильно!

Ви маєте право знати, як працює Ваше тіло.

Ви маєте право вирішувати самі.

Наприклад, контрацепція.

Цей буклет містить багато інформації простою мовою:

- Інформація про засоби контрацепції
- Інформація про вагітність



Відвідування гінеколога

Чим займаються гінекологи

Гінекологи займаються всім,
що стосується жінок.

Наприклад:

- Бажання завагітніти.
- Бажання **не** завагітніти.
- Бажання більше **не** бути вагітною.
- Захворювання статевих органів

У Вас можуть виникнути питання щодо Вашого здоров'я.

Гінеколог може відповісти на Ваші запитання.

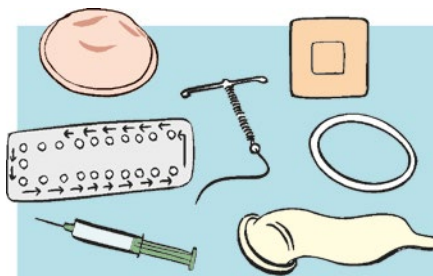
☆ Порада

Запишіть свої запитання перед візитом до гінеколога.

Можливо, Ви збентежені цим запитанням.

Так не повинно бути.

Гінеколога можна питати про що завгодно.



Можливо, Ви **не** знаєте точно,
що відбувається на прийомі у гінеколога.
Тому деякі жінки бояться.

Важливо:

Не треба боятись!

Також можна сходити і
просто поговорити з гінекологом.



Гінеколог пояснить Вам:
Що саме відбувається під час огляду.
Гінеколог покаже Вам
оглядове крісло.

Тоді Ви вже будете орієнтуватись,
коли прийдете на огляд.



Коли потрібно йти до гінеколога?

Зверніться до гінеколога, якщо у Вас є питання щодо вагітності та контрацепції.

Наприклад:

- Я **не** хочу завагітніти.
Що я повинна зробити?
- Що мені робити, щоб **не** захворіти?
- Я хочу дитину.
На що звернути увагу?
- Я вагітна.
Але, можливо, я **не** хочу народжувати дитину.

☆ Порада

Можливо, у Вас є дуже важливе запитання.
Тоді Вам не треба чекати, поки ви підете до гінеколога.
Ви можете подзвонити гінекологу.



**Зверніться до гінеколога,
щоб зберегти здоров'я.**

Наприклад:

Сходіть на обстеження.

**Зверніться до гінеколога,
якщо у Вас проблеми зі здоров'ям.**

Наприклад:

→ Вам боляче.

→ У Вас **нерегулярні** місячні.

→ У Вас перепади настрою.

Це значить: Ви раптово засмучені чи злі.

→ Ви погано себе відчуваєте.



Перше відвідування гінеколога

Один раз на місяць у жінок починається менструальна кровотеча.
Це також називається критичними днями або менструацією.

У багатьох дівчат перша кровотеча виникає приблизно у 12 років.
У когось набагато раніше або пізніше.

У багатьох жінок остання кровотеча спостерігається приблизно у віці 50 років
У когось набагато раніше або пізніше.

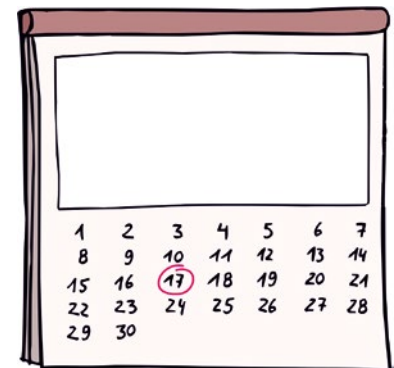
Причини для першого звернення
до гінеколога різні.

Наприклад:

- Біль при кровотечі
- Питання про контрацепцію

Після цього потрібно відвідувати гінеколога щороку.
Це називається **Профілактичний огляд**.

Якщо Вам більше 20 років,
обстеження оплачує медична страховка.



Профілактичний огляд

Під час профілактичного огляду гінеколог перевіряє, чи Ви здорові.

Гінеколог обмацує Ваші груди.

І Ваші пахви.

Таким чином гінеколог шукає рак грудей.

Також гінеколог промацує Ваш живіт.

Потім гінеколог ватним тампоном бере зразок з Вашої піхви.

Більш нова і вдала назва - вульва.

Так гінеколог перевіряє, чи Ви не хворі.

Іноді гінеколог робить ультра-звукове дослідження (УЗД).

Так гінеколог бачить, що відбувається у Вашому тілі.

Це **не** боляче.

І дуже швидко.



Контрацепція: Як не завагітніти

Можливо, Ви хочете зайнятися сексом.

Але **не** хочете завагітніти.

Тоді Вам слід використовувати контрацептиви.

Контрацепція означає:

зробити щось, щоб **не** завагітніти.

Існують різні види контрацепції.

Наприклад:

→ Зробити так, щоб сперма **не** потрапила у Вашу піхву.

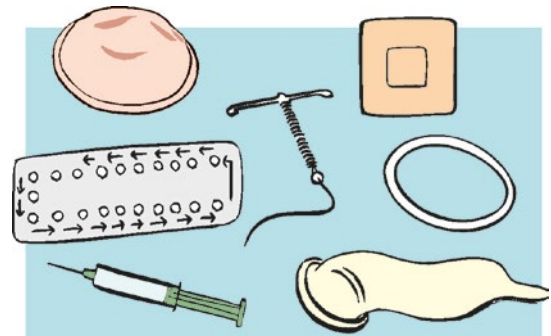
Для цього є презервативи.

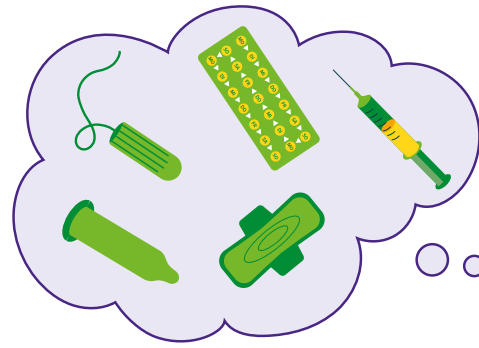
→ Або можна приймати ліки.

Тоді Ви не зможете завагітніти.

Для цього використовуються таблетки.

Ви можете прочитати про найважливіші засоби контрацепції на наступних сторінках.





☆ Важливо

Всі засоби контрацепції мають плюси і мінуси.

І є небезпеки.

Не кожен засіб контрацепції підходить кожній жінці.

Поговоріть про це зі своїм гінекологом.

Ваш гінеколог все Вам пояснить.

Тоді Ви зможете вирішити:

«Цей контрацептив мені підходить.».

Більшість контрацептивних засобів є ліками.

Призначати ліки може тільки лікар.

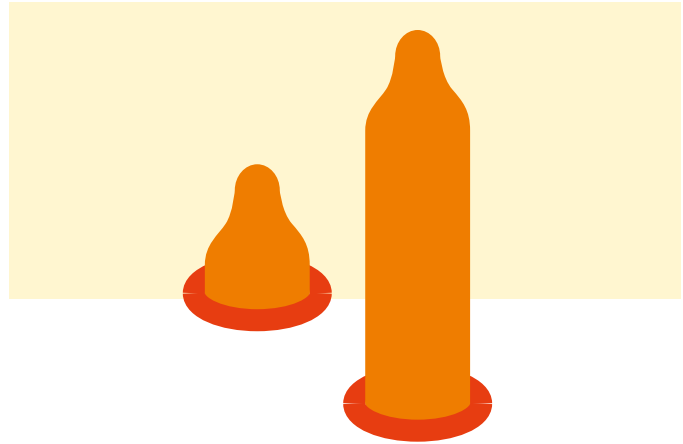
Якщо Вам менше 23 років,

то ці ліки оплачує медична страховка.

Якщо вам 23 роки або більше,

тоді Ви повинні платити за ці ліки самостійно.





Презервативи

Презерватив виготовлений з гуми.

Презерватив надягають на пеніс перед сексом.

Тому сперма **не** потрапляє у Вашу піхву під час сексу.

Використовувати презерватив можна лише один раз.

Кожного разу, коли ви займаєтеся сексом,
потрібен новий презерватив.

Презервативи також захищають від венеричних захворювань.

Наприклад, від СНІДу.

Ось чому презервативи такі хороші.

Протизаплідні таблетки

Коротке слово для цього - **таблетка**.

Таблетка - це лікарський засіб.

На таблетки потрібен рецепт від гінеколога.

Ви повинні приймати таблетки щодня.

Завжди приблизно в один і той же час.

Наприклад: Завжди ввечері.

Робіть це протягом 3 тижнів.

Потім один тиждень **не** приймайте таблетки.

В цей час у Вас буде менструація.

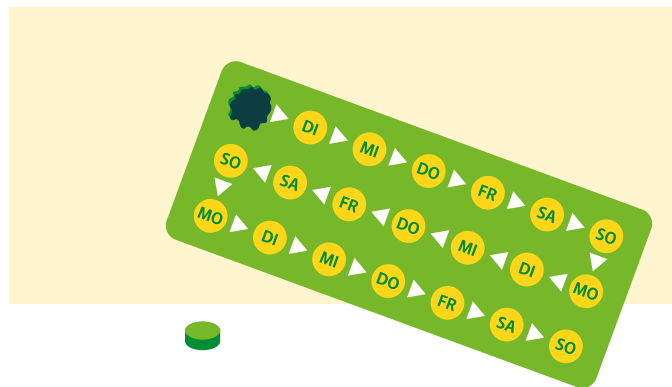
Після цього знову приймайте таблетки протягом 3 тижнів.

Якщо ви забули прийняти таблетку:

Тоді Ви **не** захищені.

Тоді Ви можете завагітніти.

Тоді використовуйте презервативи до наступної менструації.



3-місячна ін'єкція



3-місячна ін'єкція - це лікарський засіб.
Ви можете зробити ін'єкцію у гінеколога.
Кожні 3 місяці.

Ін'єкція має багато побічних ефектів.

Це означає:

Від ін'єкції Ви можете потовстіти.

Або почувати себе втомленою і сумною.

Саме тому:

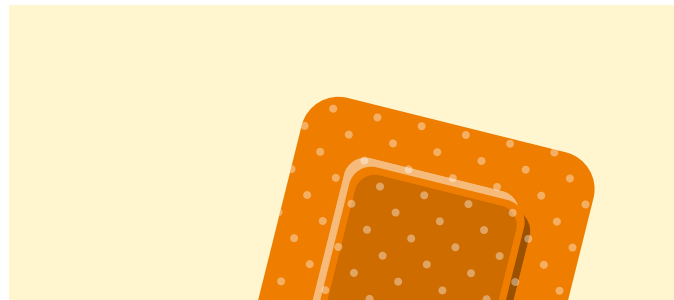
Поговоріть зі своїм гінекологом
якщо Ви дійсно хочете зробити таку ін'єкцію.

Для дівчат і молодих жінок
побічні ефекти особливо тяжкі.

Тому дівчата і молоді жінки

не повинні робити 3-місячну ін'єкцію.

Контрацептивний пластир



Контрацептивний пластир - це лікарський засіб.

Ви приклеюєте пластир до шкіри.

Потім препарат потрапляє через шкіру у Ваше тіло.

Ви повинні міняти пластир щотижня.

Завжди в один і той же день тижня.

Робіть це протягом 3 тижнів.

Потім **не** використовуйте пластир протягом одного тижня.

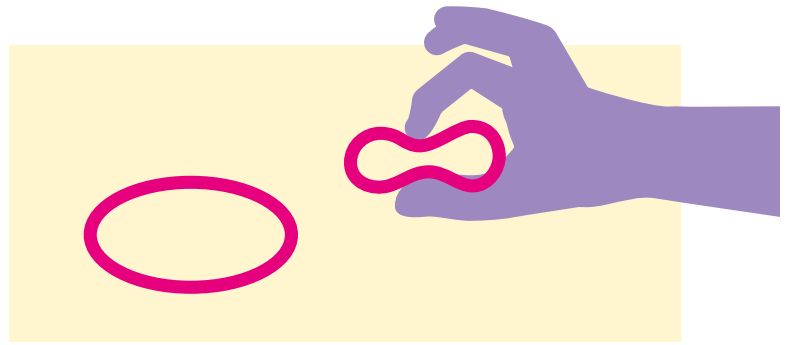
В цей час у Вас буде менструація.

Після цього знову використовуйте пластир протягом 3 тижнів.

Якщо Ви важите більше 90 кілограмів:

Тоді пластир може **не** спрацювати для Вас.

Тоді Ви маєте використовувати інший контрацептив.



Контрацептивне кільце

Контрацептивне кільце виготовлене з м'якого пластику.

Ви вставляєте контрацептивне кільце у піхву.

Там кільце вивільняє ліки.

Кільце залишається у Вашому тілі 3 тижні.

Потім вийміть кільце на тиждень.

В цей час у Вас буде менструація.

Після цього візьміть нове кільце.

Знову на 3 тижні.

Ви самі вставляєте та виймаєте кільце.

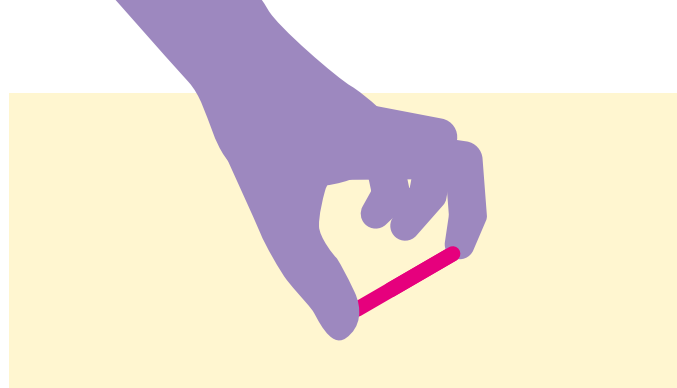
Гінеколог цього **не робить**.

Контрацептивне кільце має побічні ефекти.

Наприклад: Ви можете почувати себе втомленою і сумною.

Або у Вас може розболітися голова.

Від контрацептивного кільця Ви також можете потовстіти.



Гормональний імплант

Гормональний імплант являє собою пластикову паличку.

Ваш гінеколог введе паличку Вам під шкіру.

Шкіра оніміла і **не** болить.

Там гормональний імплант вивільняє ліки.

Гормональний імплант залишається у Вашому тілі протягом 3 років.

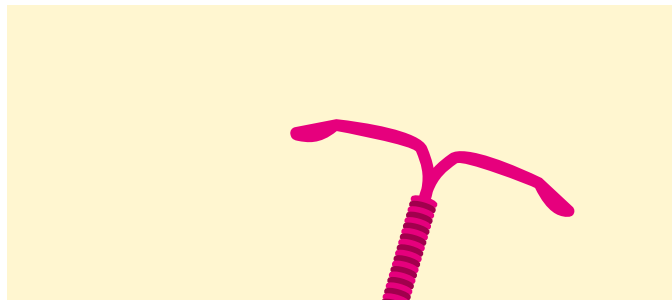
Протягом цього часу Ви **не** зможете завагітніти.

Гормональний імплант має побічні ефекти.

Наприклад: Ваша менструальна кровотеча може стати нерегулярною.

Ви можете почувати себе втомленою і сумною.

Ви також можете потовстіти від гормонального імплантату.



Спіраль

Спіраль розміщують у Вашій матці.

Це у Вашому животі.

Це робить гінеколог.

Існують різні види спіралей.

З ліками і без них.

Спіраль залишається у Вашому животі приблизно від 3 до 5 років.

Протягом цього часу Ви **не** зможете завагітніти.

Потім Ваш гінеколог замінить спіраль.

Щороку гінеколог повинен перевіряти:

Чи спіраль ще на місці?

Стерилізація

Стерилізація - це незначна операція.

Після цієї операції жінка більше

ніколи не зможе мати дітей.

Під час операції розрізають або закривають
маткові труби.

Це робиться один раз.

І це назавжди.

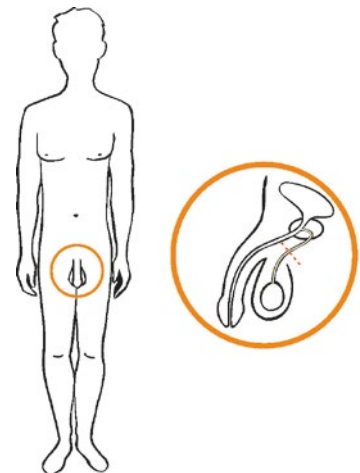
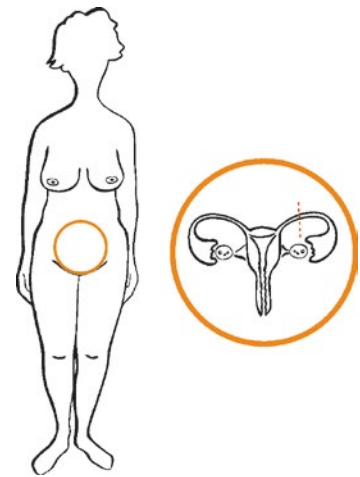
Також доступна чоловіча стерилізація.

Це також операція.

Під час цієї операції
перерізають сім'явиносну протоку.

Це робиться один раз.

І це назавжди.



☆ Важливо

Ніхто не може примусити вас до стерилізації!

Якщо Ви не хочете робити стерилізацію,
то скажіть про це своєму гінекологу:

«Я **не** хочу цього робити!»

Не має значення, чого хочуть інші.

Ви можете вирішити це самостійно.

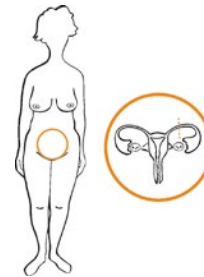


У минулому деяких жінок із інтелектуальною
інвалідністю стерилізували насильно.

Це означає:

Їм зробили операцію, хоч вони цього й **не** хотіли.

Сьогодні це трапляється дуже рідко.



Сьогодні жінкам із труднощами у навчанні часто роблять 3-місячну ін'єкцію.

Навіть якщо ці жінки взагалі не займаються сексом.

Важливо:

Гінеколог повинен пояснити Вам, навіщо потрібна ця ін'єкція

Тільки Ви вирішуєте, чи хочете Ви робити таку ін'єкцію.

Не соціальний працівник і **не** опікун.



Венеричні захворювання

Венеричні захворювання заразні.

Заразитися можна під час сексу.

Існують заразні захворювання статевих органів.

Це означає:

Захворюють пеніс і піхва.

Наприклад, грибкові захворювання.

При цих захворюваннях між ніг свербить.

Проти них використовують креми.

Заразитися можна і серйознішим захворюванням.

Наприклад:

→ СНІД.

Збудником СНІДу є вірус.

Вірус називається ВІЛ.

→ Сифіліс

Деякі хвороби Ви самі навіть **не** помічаєте.

Дізнатися,

чи є у Вас ці захворювання, може лише гінеколог.



Як захистити себе від венеричнх захворювань

Якщо Ви займаєтеся сексом з чоловіком або жінкою, Ви можете заразитися венеричними захворюваннями.

Як захистити себе:

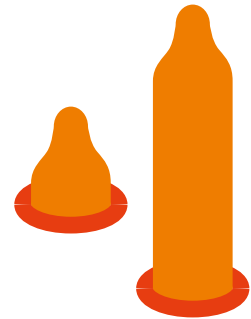
Під час сексу з чоловіком використовуйте презерватив.

Або використовуйте тканину для облизування під час орального сексу.

Так називається секс ротом.

Тканина для облизування - це така гумова тканина.

Тканину прикладають до піхви.



☆ Порада

Якщо Ви думаєте:
«Можливо, у мене венеричне захворювання» -
поговоріть зі своїм гінекологом.
Іноді це також можна зробити по телефону.



Вагітність

Ваш гінеколог також проконсультує Вас якщо Ви вагітні.

Або якщо Ви хочете дитину.

Іноді гінеколог може сказати:

Ви не можете цього зробити через інвалідність.

Можливо, інші люди також скажуть Вам це.

Але Ви самі краще знаєте:

Що я можу?

У чому мені потрібна допомога?

Тому:

Якщо Ви хочете дитину,

Ваш гінеколог повинен дати Вам хороші поради.

Подумайте над цим:

- Що б Ви хотіли запитати у свого гінеколога?
- Що Ви хочете обговорити з іншими людьми?
- Про які питання можна прочитати в книгах?



Інформація в Інтернеті

Тут Ви знайдете поради щодо сексу, вагітності та контрацепції:

«Про Фамілія» (Pro Familia)

У багатьох містах Німеччини є консультаційні центри.

Ви можете звернутися туди за порадою.

На сайті вказано, де знаходяться консультаційні центри:

www.profamilia.de/angebote-vor-ort/nordrhein-westfalen.html

Є також інформація простою мовою та мовою жестів:

www.profamilia.de/leichte-sprache.html

www.profamilia.de/gebaerdensprache.html

Donum Vitae

Це консультаційні центри від католицької церкви.

Також є інформація доступною мовою за посиланням:

www.nrw-donumvitae.de/leichte-sprache

і українською мовою:

<https://multilanguage.donumvitae.org/ru/nashi-konsultacii/>

Допомога у випадку сексуального насильства

Іноді хтось займається сексом з жінкою,
хоча жінка **цього не** хоче.

Це називається **сексуальним насильством** або **зґвалтуванням**.

Але сексуальне насильство це також, коли:

Хтось торкається Вас, навіть якщо Ви **цього не** хочете.

Хтось цілує Вас, коли Ви **цього не** хочете

Якщо це станеться з Вами,
зверніться по допомогу!

Іноді насильником є незнайома людина.

Але часто жінка знає кривдника.

Наприклад:

Це Ваш співмешканець.

Або Ваш опікун.

Тоді жінка боїться

сказати щось погане про винного.

Тому зверніться по допомогу!



Отримайте допомогу тут

→ В поліції.

→ В центрі допомоги жінкам.

Там можна сховатися.

→ По телефонній лінії щодо насильства над жінками.

Вам не потрібно називати своє ім'я.

→ У жіночих консультаціях.

Вам не потрібно називати своє ім'я.

→ У гінеколога або в лікарні.

Гінеколог допоможе Вам,
якщо Ви поранені або відчуваєте біль.



Зберігання доказів

Зверніться до свого гінеколога після зґвалтування.

Гінеколог вилікує Ваші травми.

Гінеколог також зможе зібрати докази.

Наприклад, сперму.

Сліди сперми є важливим доказом.

Поліція зможе подивитися на ці докази.

Це допоможе посадити злочинця до в'язниці.

Важливо:

Не обов'язково відразу йти в поліцію.

Ви можете спокійно вирішити:

«Чи хочу я піти в поліцію?»

Докази будуть зберігатися в безпеці до цього часу.



Інформація в Інтернеті

У випадку насильства Ви можете отримати допомогу тут:

Поліція

У випадку надзвичайних ситуацій, що виникли в Німеччині,

Ви можете викликати поліцію.

Номер телефону дуже простий: **110**

Ви можете викликати поліцію:

Якщо Вас хтось зґвалтував.

Якщо Вас хтось вдарив.

Якщо Вам хтось погрожує.



Телефон допомоги щодо насильства над жінками

Ви можете зателефонувати на лінію довіри,

якщо Вам потрібна допомога. Безкоштовно та круглодобово 7 днів на тиждень.

Або якщо інша жінка потребує допомоги.

Консультанти горячої лінії розмовляють багатьма мовами, включаючи українську.

А також простою мовою та (німецькою) мовою жестів.

Всі жінки отримують допомогу. Без виключень.

Телефон: **0800 116 016**

Веб-сайт: www.hilfetelefon.de



Центр допомоги жінкам

В центрі допомоги жінкам можна сховатися.

Наприклад,

якщо Вас б'є чоловік.

Або якщо хтось б'є Ваших дітей.

У багатьох містах є центри допомоги жінкам.

Також є безбар'єрні центри допомоги жінкам.

Тут ви можете знайти інформацію про центри

допомоги жінкам в NRW:

www.frauen-info-netz.de



Консультаційні центри

Існує багато консультаційних центрів і пропозицій допомоги жінкам.

Ви можете знайти список в Інтернеті

[www.mhkb.g.nrw/themen/gleichstellung/schutz-unterstuetzung/
unterstuetzung-fuer-frauen/angebote-zur-unterstuetzung](http://www.mhkb.g.nrw/themen/gleichstellung/schutz-unterstuetzung/unterstuetzung-fuer-frauen/angebote-zur-unterstuetzung)

Як знайти хорошого гінеколога і хороший кабінет лікаря

Дуже важливо,
щоб візит до лікаря був ефективним:

- Безбар'єрний кабінет лікаря.
Це означає, що жінкам з інвалідністю там буде зручно.
- Ви довіряєте гінекологу і відчуваєте себе добре.
- За бажанням з вами буде супроводжуюча особа, яка Вас підтримає.



☆ Порада

Коли Ви захворіли,
допомога потрібна швидко.
Тоді у Вас немає часу шукати лікаря.
Спочатку знайдіть хорошого гінеколога.
Також Ви маєте вирішити:
«Хто буде моєю супроводжуючою особою?»



Знайдіть безбар'єрний кабінет лікаря

Для багатьох жінок важлива доступність:

- для жінок, які **погано** розуміють складну мову.
- для жінок, які **погано** ходять.
- для жінок, які **погано** бачать або чують.
- для жінок, які потребують догляду.

Можливо, Ви в інвалідному візку.

Тоді кабінет лікаря має бути адаптованим до цього.

Щоб можна було легко проїхати з коляскою.

Часто в кабінеті лікаря кажуть:

«Ми доступні для людей з інвалідністю.»

І це означає:

Кабінет лікаря має ліфт.

Але, можливо, цей ліфт замалий для інвалідного візка.

Або в кабінеті лікаря немає для Вас оглядового крісла.



☆ Порада

Заздалегідь зателефонуйте в кабінет лікаря.

Уважно поцікавтеся, чи цей кабінет лікаря безбар'єрний.

На кількох наступних сторінках приведено зразки запитань.

Питання для жінок, яким складно ходити:

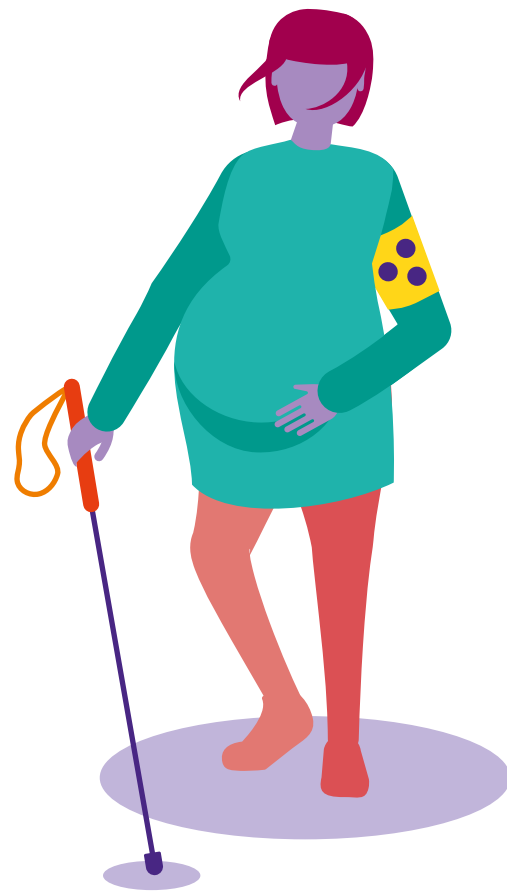
- Чи є місце для паркування інвалідів?
- Чи зможу я дістати до дзвінка?
- Двері відкриваються автоматично?
- Чи достатньо великий ліфт?
- Чи зможу я потрапити до кабінету лікаря в інвалідному візку?
- Чи достатньо широкі двері?
- Чи є туалет для інвалідів?
- Чи зможу я скористатися оглядовим кріслом?
- Чи є медичний підйомник?

Медичний підйомник піднімає Вас з інвалідного візка.



Питання для жінок, які погано бачать:

- Чи є допомога незрячим?
Наприклад: орієнтири на підлозі.
Таким чином люди знаходять шлях.
- Чи є таблички шрифтом Брайля?
- Чи є в ліфті кнопки шрифтом Брайля?
- Чи є в ліфті голосове сповіщення?
- Чи розбірливі таблички?
Наприклад: великий шрифт і чіткі кольори.
- Чи добре видно ручки та сходишки?
- Чи можу я взяти з собою собаку-поводиря?
- Чи є сайт клініки інклюзивним?
Чи зможе мій комп'ютер прочитати веб-сайт вголос?



Питання для жінок, які погано чують:

- Чи зможу я поговорити з гінекологом мовою жестів?
Або чи є сурдоперекладач?
- Чи можу я записатися на прийом за допомогою комп'ютера?
Наприклад: електронною поштою.
- Чи добре видно інформаційні таблички?

Інформація в Інтернеті

Ви можете знайти сурдоперекладачів тут:

Професійна асоціація сурдоперекладачів

Тут Ви зможете знайти перекладача німецької мовою жестів в NRW домовитися про зустріч.

www.gsdnrw.de

Контакти української жестової мови тут:

<https://www.deafrefugees.de>



Питання для жінок з труднощами в навчанні:

- Чи є тексти простою мовою?

Наприклад:

Тексти про статеве виховання.

І про огляд.

- Чи достатньо в гінеколога часу,

щоб мені все пояснити?

Навіть якщо я щось **не** зрозумію одразу?



Знайдіть гінеколога, з яким Ви почуватиметеся комфортно

Дуже важливо,
щоб Ви почувались комфортно зі своїм гінекологом.
Ваш гінеколог повинен сприймати Вас серйозно.
І знайти час для Вас.

Після візиту до лікаря подумайте про наступне:

- Чи був гінеколог терплячим,
навіть якщо мені знадобилося трохи більше часу?
- Чи вислухав мене гінеколог?
- Чи гінеколог все мені пояснив?
- Чи гінеколог сприймає мене серйозно?
- Чи шанобливо ставився до мене гінеколог?
- Чи розмовляв зі мною гінеколог?

А **не** тільки з моєю супроводжуючою особою?

**Під час відвідування лікаря переконайтеся,
що Ви відчуваєтеся добре.**

Важливо, щоб Ви почувалися добре.

Інакше знайдіть іншого гінеколога.



Візьміть із собою супроводжуючу особу

При бажанні Ви можете взяти когось із собою на прийом до лікаря.

Наприклад:

- Хорошу подругу.
- Або Вашу дорослу дочку.
- Або Вашу матір.



Ця особа називаємо **супроводжуючою особою**.

Ваша супроводжуюча особа може допомогти Вам переодягтися.

Також Ваша супроводжуюча особа може записати важливі речі.

Якщо Ви не зможете відразу щось згадати.

Або, можливо, Ви просто почуваетесь краще за наявності супроводжуючої особи.



Але лікар повинен говорити з Вами.

Не з Вашою супроводжуючою особою.

Якщо лікар **не** говорить з Вами,

тоді скажіть йому:

«Я ваша пацієнтка.

Будь ласка, говоріть зі мною».



Ви можете захотіти,
щоб ваша супроводжуюча особа **не** завжди була з Вами.

Наприклад:

Ваша супроводжуюча особа повинна вийти,
коли Ви не одягнені.

Скажіть це супроводжуючій особі
перед візитом до лікаря.



☆ Порада

Подумайте над цим:

- Чи бажаєте Ви, щоб Вас супроводжували?
- Що має робити супроводжуюча особа?
- Хто має бути Вашою супроводжуючою особою?
- Що має робити супроводжуюча особа,
якщо лікар розмовляє тільки з супроводжуючою особою?

Інформація в Інтернеті

Ви можете пошукати лікарів тут.

Також тут є інформація про безбар'єрність медичних кабінетів.

Інформація про лікарів

Ви можете пошукати лікарів тут.

Ви можете пошукати гінеколога за посиланням нижче

Гінекологія та акушерство

www.arzt-auskunft.de

Асоціація (або «Палата») лікарів Північного Рейну

Ви можете подивитись медичні кабінети тут.

І Ви можете сказати:

«В якому місті має знаходитись лікар?»

www.aekno.de/service-presse/arztsuchen/arztverzeichnis

Асоціація (або «Палата») лікарів Вестфалії Липпе

Також можна пошукати медичні кабінети тут.

<https://portal.aekwl.de/web/serviceportal/arztsuche>

Ми - мережа. Наші цілі:

У цьому буклеті написано:

Знайдіть хороший гінекологічний кабінет.

Це спрацює лише за наявності достатньої кількості хороших гінекологічних кабінетів.

Ми хочемо:

Щоб хороших гінекологічних кабінетів стало більше.



Ми спілкувалися з багатьма жінками.

У жінок є багато хороших ідей.

Ми підготували інформацію для гінекологів:

→ Яким має бути хороший гінекологічний кабінет?

→ Які труднощі мають жінки з інвалідністю?

Ця інформація є важливою для лікарів і політиків.

Щоб вони знали, що мають робити.



Ось чого ми хочемо від політиків:

→ Гінекологічні кабінети мають бути безбар'єрними.

Для цього лікарі повинні отримувати гроші від держави.

→ Гінекологи мають проходити підготовку.

Щоб гінекологи знали:

Як ви ставитися до жінок з інвалідністю?

→ Гінекологи повинні мати можливість надавати інформацію простою мовою.

Надавати пояснення секс і контрацепцію.

І допомагати жінкам після зґвалтування.

Медичні страхові компанії також повинні допомагати, щоб жінки з інвалідністю могли успішно лікуватися у гінеколога.



Ось чого ми хочемо від медичних страхових компаній:

Обстеження і лікування жінок з інвалідністю часто триває довше.

Тому гінеколог має отримувати більше грошей від лікарняної каси.



Приєднуйтеся до нас!

Ви теж можете допомогти.
Поясніть своєму гінекологу,
що є важливим для вас.

Ви також можете приєднатися до груп,
які захищають права жінок.
Наприклад:

- у групах взаємодопомоги
- у політичних партіях
- у некомерційних групах та асоціаціях

→ або у нас:

У мережі для жінок та дівчат з інвалідністю

і хронічними захворюваннями Північного Рейну-Вестфалії (NRW).

Хочете приєднатися?

Тоді зателефонуйте нам.

Телефон: 0251 51 91 38

Або напишіть нам електронного листа.

Електронна адреса: info@netzwerk-nrw.de



Хто написав цей текст?

Цей текст розробили Центр компетенції Жінки та здоров'я Північного Рейну-Вестфалії (до 2020 р.) і Мережевий офіс Жінки та дівчата з інвалідністю або хронічними захворюваннями Північного Рейну-Вестфалії. Мюнстер: 2022 рік



Текст простою мовою від центру доступної мови у Вольмарштайні.

Цей текст простою мовою перевірили співробітники майстерні для людей з інвалідністю євангельського фонду Вольмарштайна.



Зображення людей із впізнаваними обличчями – „©Райнхільд Кассінг“ (©Reinhild Kassing).

Інші зображення – „©мінкаду Коммунікаціонсдизайн“ (©minkadu Kommunikationsdesign), Берлін.



Бренд „Гуте Ляйхте Шпрахе“ (Gute Leichte Sprache) із „©Нетцверк Ляйхте Шпрахе е. В“ (© Netzwerk Leichte Sprache e. V) Європейський логотип для легкого читання із „© Інклюжен Юроп“ (© Inclusion Europe).

Міністерство праці, охорони здоров'я та соціального забезпечення
Гроші на проект виділено Північним Рейном-Вестфалією.



In Trägerschaft von



Gefördert vom

**Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen**

